

MENSUEL DE L'ESPACE RETRAITÉS

NOVEMBRE 2026 - N°325

EDITO

Cultivons l'optimisme et la solidarité!

Le climat politique et social actuel nous bouscule, et peut parfois susciter de l'inquiétude face au flot continu d'actualités anxiogènes. A l'OHRPA nous choisissons de brandir deux armes, la positivité et la solidarité! Portons notre regard sur ce qui va bien, les instants partagés, les découvertes culturelles, les sorties collectives ou les moments de convivialité joyeux. Refusons l'obscurité et continuons de sourire à l'avenir. Notre association est une force vivante et c'est par notre dynamisme et engagement que nous faisons du lien social le meilleur rempart contre toutes les tempêtes du monde.

Le conseil d'administration a le plaisir de vous annoncer la nomination de Ghislaine De Marco au poste de vice-présidente. Son engagement à nos côtés est une chance pour poursuivre et faire vivre les valeurs de solidarité qui nous animent. Nous la remercions chaleureusement et lui accordons toute notre confiance dans ses nouvelles fonctions.

Bel automne à toutes et tous!

Le Bureau,

**Bulletin d'information destiné
aux adhérents
de l'OHRPA,
5-7 place de Preux 44800
SAINT-HERBLAIN,**

**Tél : 02.40.43.60.97
mail : contact@ohrpa.fr
Association loi 1901
Rejoignez-nous sur notre
page Facebook
Et sur notre site Internet :**

ohrpa.fr

**Nouveaux horaires
d'ouverture de nos bureaux :
Du lundi au jeudi,
de 9h00 à 12h30
et de 14h à 17h30
de 9h00 à 12h30 le vendredi**

**Tarif de la cotisation annuelle :
22 € par personne**

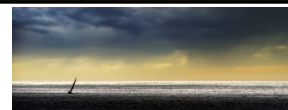
Les inscriptions aux après-midis cabarets de la Ville de Saint Herblain du 25 au 28 janvier se feront entre **le 2 novembre et le 2 décembre**. Pour tous les herblinois à partir de 65 ans. Organisés par le service seniors de la ville. Pour cette 25^{ème} édition, apportez un accessoire à paillettes (ou habillez-vous de paillettes) : chemise, tee-shirt, veste, chapeau, ... Bulletins à retrouver à notre Bureau au 5 place de Preux. Possibilité de transport en car de tourisme.

saint-herblain
La Ville

Nouveauté : Nous vous proposons une billetterie pour « La Nuit du Jazz fête Le Pop en Jazz ! ». **Le samedi 21 novembre à 20h30 à la salle de la Carrière**. C'est la soirée cabaret exceptionnelle mêlant le prestige d'une soirée de gala à la convivialité d'un club de jazz. Les 17 musiciens du Côte Ouest Big Band de Jean-Philippe Vidal déroulent le tapis rouge aux grandes voix du Jazz. Les invités cette année qui interprètent en Jazz les plus grands succès de la Pop Music des années 60, 70 et 80 : Jessica FLORES – Elisa PALAZZI – Veronika RODRIGUEZ – Malik HEMAIDI – Kevin DOUBLE. **Tarif : 30€ boisson comprise**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

JEUDI 5 NOVEMBRE : EXPOSITION « LA LUMIÈRE RETROUVÉE » - CENTRE CULTUREL BRETON—14H30

Le regard d'un photographe sur les paysages marins. Breton d'adoption, le regard du photographe **Richard Jeune** se tourne naturellement vers la nature et plus particulièrement vers les paysages maritimes dont il capte les variations de lumière, les ambiances changeantes et la force des éléments. À travers cette exposition, qui présente non seulement des clichés de Bretagne mais aussi d'autres paysages des côtes Nord-Atlantiques prises au gré de ces multiples voyages (Islande, Norvège, Ecosse), le photographe propose une immersion dans ces instants capturés au fil des marées et des saisons, invitant le public à prendre le temps de redécouvrir la richesse et la poésie des paysages du bord de mer. **Gratuit**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Liste d'attente

SAMEDI 7 NOVEMBRE : REVUE DES ROUSSIPONTAINS –REZÉ—13H

La cloche a sonné, c'est l'heure de la rentrée !! Les Roussipontains ont profité de ce bel été pour préparer son nouveau show « C'est le pont pont ! ». 3 heures de spectacles où rires, chants, danses, paillettes sont au rendez-vous !! La comédie-revue est humoristique, souvent satirique, elle alterne des tableaux chantés, dansés, et des sketches répartis en 3 actes de 45 minutes. **Tarif incluant le transport : 26€ pour les herblinois et 30,5€ pour les non-herblinois**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



MARDI 17 NOVEMBRE : ATELIER DÉNUTRITION –14H30- PREUX

Dans le cadre de la Semaine nationale de la dénutrition, l'atelier proposé par une diététicienne de l'association « Du pain sur la planche » vise à sensibiliser les seniors aux risques et enjeux de la dénutrition. Qu'est-ce que la dénutrition ? Comment la repérer ? Que faut-il faire pour la prévenir ? Quels sont les aliments et les habitudes à privilégier ? **Gratuit**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Liste d'attente

JEUDI 12 NOVEMBRE : ONPL – NANTES - PAUSE - CONCERT SEXTUOR BOCCHERINI—11H

Ce Sextuor de l'ONPL rend hommage à un compositeur libre et audacieux, insatiable voyageur et inventeur du quatuor à cordes : Luigi Boccherini dont le génie reconnu tardivement l'installe définitivement à une place majeure dans l'histoire de la musique. Compositeur monde, on entend à travers sa musique celle de Bach, Haendel ou encore Telemann...

Luigi Boccherini | Quintette à cordes n°2 pour contrebasse – 15'. Concerto pour clavecin en mi bémol version Quintette à cordes – 16'. La musica notturna delle strade di Madrid : Quintette n°6 version quintette à cordes et clavecin – 13. **Tarif unique** : 10€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Liste d'attente

MERCREDI 18 NOVEMBRE : ONYX – MIETTES – 14H30

Solo d'acrobatie-danse .Blessé à plusieurs reprises, le danseur et circassien Jules Sadoughi adopte un rapport paradoxal à son corps. Un corps puissant et vulnérable, socialement jeune et « performant » mais aussi usé et érodé. Dans une chorégraphie expressive, l'artiste incarne un corps tantôt vibrant, tantôt entravé. Ce solo creuse cet étrange sentiment d'avoir à la fois 5 et 80 ans, comme un chien fou et une vieille écorce. Sa performance est à la croisée de ces deux extrêmes. À la manière d'un poème, Jules Sadoughi explore la mémoire, les blessures et les joies qui façonnent nos gestes et notre vécu. Un témoignage sensible sur le temps qui passe et son impact sur le corps. **Tarif unique** : 5€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Liste d'attente

JEUDI 19 NOVEMBRE : ONYX– CHANGER LA VIE - 14H30

Théâtre politique / Premières de création. Clément Pascaud poursuit les portraits de femmes qu'il peint depuis le début de son travail : après l'Amazone, la reine, la sportive de haut niveau, voici celui de la femme politique.

Avec Maëlle Puéchoultres, autrice, ils écrivent une fiction documentée autour du parcours de trois jeunes élues. L'histoire démarre ainsi « une jeune maire se prépare à son premier discours devant le conseil municipal. Peu rompue à l'exercice, elle fait face aux attaques d'une opposition virulente qui ne voit pas d'un bon œil sa victoire électorale dans cette commune rurale... ». Entre problématiques territoriales et projections nationales, urgences écologiques et idéologiques, la communication des réseaux sociaux et les éléments de langage de l'IA, la lutte pour le bon mot devient une lutte pour des idéaux. Dans cette pièce, Clément Pascaud s'interroge : peut-on, encore, changer la vie par la politique ? **Tarif unique** : 5€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Nouveauté

MARDI 24 NOVEMBRE : DOCUMENTAIRE AU CENTRE CULTUREL BRETON-15H30

Azenor Le Gall et Tomaz André partagent les mêmes passions pour la navigation en haute mer et la langue bretonne. Course sportive, plaisir du voyage, luttes écologiques et féministes, ils viendront partager cela à l'occasion de cette projection, avec au programme la diffusion des deux documentaires qui leur sont consacrés. Un moment pour voyager et rêver ! **Gratuit**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97



MERCREDI 25 NOVEMBRE : MARCHÉ DE NOËL À LA MAISON DE RETRAITE DE LA BOURGONNIÈRE

De 10h à 17h l'atelier créatif de l'Espace retraités s'expose au marché de Noël de la maison de retraite de la Bourgonnière. L'occasion de dénicher des pièces uniques, fait main et cœur pour les fêtes de fin d'années à prix abordables. L'EHPAD Résidence La Bourgonnière se trouve au 32 allée de la Bourgonnière, 44800 Saint-Herblain.



JEUDI 26 NOVEMBRE : VISITE CHÂTEAU DES DUCS DE BRETAGNE—13H30

La visite guidée permet de découvrir à la fois le château d'Anne de Bretagne et de parcourir les salles incontournables du musée d'histoire de Nantes. Elle apporte un regard unique sur le monument, en même temps qu'elle dessine un portrait de ville, au fil de la Loire.

Tarif unique : 11€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



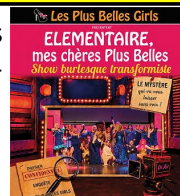
VENDREDI 27 NOVEMBRE : CABARET DE NOËL À LA PORTE DU GOLFE

Cette année la magie de Noël sera encore au rendez vous grâce à la troupe MONOPOLIS venue d'Avignon. Pas moins de 7 artistes sur scène, des costumes somptueux et une mise en scène pleine de lumière et de strass ! Au menu : Apéritif maison, petite entrée de saison, le retour de pêche au beurre Blanc d'Emilia, La limousine Or rouge rôtie à la fleur de sel et ses légumes, assiette de fromages sur mâche nantaise, dessert glacé de la St Nicolas. Eaux, vins et café ou infusions compris + 1 cadeau offert. **Tarif : 86€ pour les herblinois et 107€ pour les non herblinois.** Inscriptions à l'Espace Retraités herblinois au 02 40 43 60 97.

**Liste d'attente****DIMANCHE 29 NOVEMBRE : LES PLUS BELLES GIRLS—15H—L'ODYSSÉE, BOIS CESBRON À ORVAULT**

« Élémentaire mes chères Plus Belles » est un show burlesque transformiste dont l'intégralité des bénéfices est reversé à des associations de lutte contre le sida. Présenté par Les Gays Randonneurs Nantais, ce spectacle est constitué d'une vingtaine de numéros comiques et chorégraphiques avec 20 artistes sur scène.

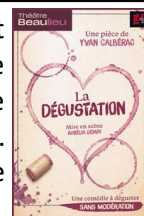
Tarif unique : 23€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**Nouveauté****LUNDI 30 NOVEMBRE : DOCUMENTAIRE « NANTES AU SINGULIER » - 15H**

Projection du documentaire « Nantes au singulier » réalisé par Romain Scortatore, redécouvrez l'histoire de Nantes ces 100 dernières années. À 100 ans, Robert Garcion raconte Nantes à travers un siècle de mémoire et de vécu dans le documentaire Nantes au Singulier. Le documentaire vise à préserver et partager la mémoire des habitants de Nantes. Le projet derrière ce film ? Donner la parole à un centenaire dont le vécu exceptionnel relie le passé au présent. Au fil des entretiens et des images d'archives, le spectateur découvre non seulement l'histoire de la ville, mais aussi le quotidien d'une personne ayant traversé le XXe siècle avec curiosité et humour. (durée 54 mn) suivi d'un échange avec le réalisateur. A la Résidence Espace et Vie 16, rue du Danube SAINT-HERBLAIN. **Gratuit.** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97

**Liste d'attente****MARDI 1ER DÉCEMBRE : THÉÂTRE BEAULIEU : « LA DÉGUSTATION » - 14H**

« Divorcé et un peu bourru, Jacques est caviste et aime le bon vin. Un beau matin, Hortense, seule elle aussi, et très engagée dans l'associatif, pousse la porte de la boutique. Tout les oppose lorsque Steve, un jeune homme en liberté conditionnelle fait irruption dans la petite cave à vins et va, contre toute attente, les rapprocher. Ce sera, soit un grand bonheur, soit le chaos total, mais chacun à leur manière, ils vont tous les trois déguster ». Une comédie romantique à consommer sans modération. Une pièce d'Ivan Calbérac, élue Meilleure Comédie en 2019 aux Molières. **Tarif unique** : 23€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**Nouveauté****MERCREDI 2 DÉCEMBRE : L'HEURE DU LIVRE-14H30 –PREUX**

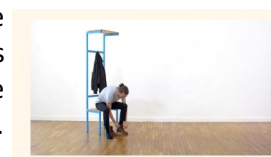
Venez raconter vos coups de cœur littéraires autour d'une tasse de café. Vous avez lu un livre et vous souhaitez en parler et partager votre expérience, retrouvons nous une fois par mois pour en parler et s'échanger nos découvertes. Un livre par personne et un passage choisi à lire et le tour est joué.

Gratuit. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97

**Nouveauté****MERCREDI 2 DÉCEMBRE : EXPOSITION « SAUT DE LIGNE » - MAISON DES ARTS—10H**

Sportif-artiste/Artiste-sportif, Emmanuel Béranger est un créateur en mouvement dont l'œuvre hybride naît de la rencontre entre les gestes du sportif et ceux du dessinateur...L'exposition vous emmène sur un terrain de jeu singulier qui interroge la possibilité d'un langage partagé entre le dessin et le sport depuis ce qui est commun à ces deux disciplines, la beauté du mouvement.

Gratuit : inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**Nouveauté****JEUDI 3 DÉCEMBRE : BAL DE NOËL—VIGNEAU— 14H**

L'Espace Retraités organise son bal de Noël, venez passer un moment festif et convivial avec Pierre, musicien chanteur. Durant cette après-midi, nous vous proposons un goûter convivial. Accueil à partir de 14h, début du bal à 14h30/salle associative du Vigneau, Boulevard Salvador Allende.

Tarif : 7€ pour les Herblinois. 9€ pour les non Herblinois. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Nouveauté

MERCREDI 9 DÉCEMBRE : MARCHÉ DE NOËL À ESPACE ET VIE- 14H30

La résidence seniors Espace et Vie vous invitent à plonger dans l'atmosphère des fêtes de fin d'année avec son **Marché de Noël**. L'occasion parfaite de découvrir des créations artisanales, des produits locaux et des gourmandises et de découvrir la résidence avec une visite accompagnée.

Gratuit : inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Liste d'attente

JEUDI 10 DÉCEMBRE : ONPL : PAUSE CONCERT SEPTUOR CORDES/VENTS- 11H

Ce Septuor de l'ONPL nous présente ici un compositeur français du 19e siècle que les générations suivantes ont oublié. Né en 1828 à Manosque, Adolphe Blanc quitta très jeune la Provence pour le Conservatoire de Paris. Il se partagea entre sa carrière de violoniste, celle de chef d'orchestre et celle de compositeur. A une époque où Paris ne s'intéressait qu'à l'opéra (Halévy, Meyerbeer, Gounod), Blanc osa se consacrer à la musique de chambre et recueillir l'héritage du siècle précédent. Adolphe Blanc | Septuor opus 40 – 28', Gernot Wolfgang | Impressions – 18', Sabine Gabbé, violon, Damien Séchet, alto Anna-belle Gouache, violoncelle, Jean-Jacques Rollez, contrebasse, Enzo Ferrarato, clarinette, Gaëlle Habert, basson et Nicolas Gaignard, cor. **Tarif unique** : 10€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

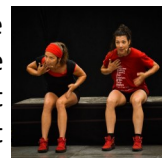


Liste d'attente

MARDI 15 DÉCEMBRE : ONYX : ATTENDRE À DANSER - 14H30

15h : Théâtre, percussions corporelles et danse avec la Compagnie La Frappée. Inspiré du célèbre proverbe « La vie ce n'est pas d'attendre que l'orage passe, c'est d'apprendre à danser sous la pluie », ce spectacle à la fois théâtral, percussif et chorégraphique met en scène deux amies quarantennaires qui règlent leurs comptes en public. Claquettes aux pieds, entre reproches, aveux et confidences, elles questionnent leurs propres engagements dans un mode où l'eau est un bien devenu tellement précieux.

Tarif unique : 5€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Nouveauté

MERCREDI 16 DÉCEMBRE : L'HEURE DU JEU – 14H30- PREUX

Une fois par mois venez partager un après-midi ludique et convivial autour de découvertes de jeux de société. Encadrés et animés, ces après-midis sont autant d'occasions de rencontre, de partage et de découverte. Un peu d'attention, un peu de mémoire, et le tour est joué ! **Gratuit** : inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Nouveauté

DIMANCHE 20 DÉCEMBRE : CONCERT DE NOËL – THÉÂTRE RUE DE BELLEVILLE—14H

Sur la scène intimiste de la Rue de Belleville, Les Cordes sensibles, ensemble de musiciens professionnels des Pays de la Loire, vous proposent un programme en formation quatuor pour (re)découvrir Casse-Noisette de Tchaïkovski, L'été de Vivaldi, Le Carnaval des animaux de Saint-Saëns et autres surprises et tubes de la musique classique. Féérique ! **Tarif unique** : 19€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97



Liste d'attente

MARDI 22 DÉCEMBRE : CABARET DE NOËL AU POUCTON

Plongez au cœur de la magie des fêtes avec **Le Cabaret Folie's de Noël**, un spectacle éblouissant. Entre plumes, paillettes et lumières scintillantes, les artistes vous entraînent dans un univers festif où l'esprit de Noël rencontre l'élégance et la folie du cabaret. Sur scène, 2 chanteurs et 4 danseuses se succèdent pour vous offrir une revue haute en couleur, rythmée par des chorégraphies dynamiques, des costumes somptueux aux couleurs des fêtes et les plus beaux airs de Noël revisités. **Au menu** : Pouctonneige, Salade terre mer : Foie gras, saumon mariné, jambon de pays, petites crevettes, toast; suprême de volaille, sauce périgourdine, gratin de pommes de terre; Duo de fromage, la choco-sphère et crème anglaise, vin à discrétion (rosé / rouge), café et eau. **Tarif : 77€ pour les herblinois et 96€ pour les non herblinois**. Inscriptions à l'Espace Retraités herblinois au 02 40 43 60 97.



MERCREDI 30 DÉCEMBRE : REVUE DE LA CLOCHE—15H À LA SALLE SÉMAPHORE À NANTES

« Dans le petit village de Joinville-sur-Bourde, les 370 habitants de la commune vivent paisiblement. Le maire prône l'adage : Moins on en fait, mieux on se porte, quand ce n'est pas : Le bonheur appartient à ceux qui se lèvent tard ». Ce spectacle invite à réfléchir sur les relations humaines, le partage, l'ouverture d'esprit et, surtout, l'acceptation de la différence. Alors, qu'attendez-vous ? Venez tomber sous le charme de ce village unique et complètement loufoque ! Rendez vous soit directement sur place soit à l'arrêt de tramway Neruda pour un départ en groupe (prévoir titre de transport). **Tarif unique : 20€**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

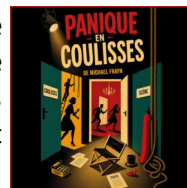


Nouveauté

MARDI 5 JANVIER : THÉÂTRE BEAULIEU –15H

La pièce catastrophe aux 14 millions de spectateurs dans le monde. Bienvenue dans les coulisses d'une troupe de théâtre où rien ne se passe comme prévu! À la veille d'une tournée, le metteur en scène d'une pièce de boulevard a beaucoup de mal à terminer son dernier spectacle. Que ce soit sur scène, lors des répétitions, ou dans les coulisses, la catastrophe est totale et incontrôlable. Les comédiens enchaînent trous de mémoire, portes qui claquent, accessoires perdus et rivalités explosives.

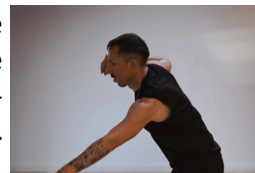
Tarif unique : 23€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Nouveauté

JEUDI 14 JANVIER : ONYX : JOUER L'OURS—14H30

Danse /Cédric Cherdel nous emmène au pays des ours. Depuis plusieurs années, l'artiste se passionne pour les rites ancestraux et leurs imaginaires. À travers sa rencontre avec « la danse des ours », une fête roumaine, il partage une expérience de transformation et de passage, à laquelle il convie le public. Installé sur scène, le public est invité à participer à une forme de rituel collectif. **Tarif unique** : 5€. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



LUNDI 18 JANVIER 2027 : « SAMEDIS NANTAIS » - SOIRÉE DES 20 ANS - 20H30

À l'occasion du 20ème anniversaire des « Samedis Nantais », venez passer une soirée surprise à la Salle Mixt à Nantes. Lors de cette soirée vous pourrez apercevoir 20 vedettes : Julie Arnold, Valérie Bègue, Georges Beller, Paul Belmondo, Rebecca Hampton, Steevy Boulay, Christophe Boulet, Alexandre Brasseur, David Brécourt, Jean-Pierre Castaldi, Claire Conty, Jérôme Foucher, Léa François, Franck Leboeuf, Astrid Veillon, Geneviève Gil, Michel Guidoni,... **Tarif unique**: 46€ transport compris. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



LES CLUBS DE L'ESPACE RETRAITÉS

CLUB BELLE HUMEUR—VIGNEAU—PRÉSIDENTE MME HELLOU MARIE-MADELEINE : 06 76 27 78 74

Jeux les mardis après-midis : cartes, scrabble, concours de belote, repas festifs, après-midi animations... Salle Associative du Vigneau, boulevard Salvador Allende en septembre et début octobre puis au CSC Soleil Levant en novembre.

Mardi 10 : Repas des 80/90 ans.

Mardi 17 : Assemblée générale.

CLUB DU TILLAY—PRÉSIDENT GILLES ABADO : 06 75 60 69 05

Jeux les jeudis après-midis (belote, scrabble, tarot, boules etc.), randonnées pédestres, concours de belote, de pétanque, sorties organisées par le club, manifestations festives... Quartier Tillay : 11 rue du Tillay.

Samedi 7 Novembre : Après - midi thé dansant

Sorties pédestres du Club Du Tillay :

Mardi 3 novembre : La Chapelle Basse Terre, circuit de la Haute Chapelle, RDV à 14h à la salle municipale La Chapelaine.

Mercredi 11 novembre : Grandchamp des Fontaines, circuit des étangs, RDV à 14h à la médiathèque Victor Hugo. **Mardi 17**

novembre : La Chapelle Heulin, circuit des brumes et agrion de mercure, RDV à 14h au stade rue des loisirs. **Mercredi 25**

novembre : Sautron, entre Cens et Chézine, RDV à 14h aux ateliers municipaux.

CLUB SOURIRE D'AUTOMNE—MJC BOUVARDIERE—PRÉSIDENTE MME DREAN MARTINE : 06 14 82 67 20

Jeux les mardis après-midis (scrabble, duplicate, Triominos, Rummikub...), chorale et danse le vendredi après-midi. Quartier Bouvardiere, Beauséjour : MJC Bouvardière, rue Alain Gerbault.

CLUB RENCONTRES ET LOISIRS—CSC BOURG ESPACE 126—PRÉSIDENT M. ABILY ROBERT—07 86 64 99 32

Jeux les jeudis après-midis (cartes, scrabble, Triominos, Rummikub...), plusieurs concours de belote par an, repas festifs, après-midis animations... Quartier Bourg : Espace 126 (Centre socioculturel du Bourg) 126 Bd François Mitterrand.

Tous les jeudis : Pétanque.

CLUB MOULIN DU BOIS—PRÉSIDENT M. MONNIER GUY : 06 14 84 77 76

Tout les jours de 14h à 18h (Du lundi au vendredi) club de pétanque et les concours tous les 15 jours le vendredi, repas festifs... Quartier Est Bellevue : 11 rue de Dijon



PLANNING DES PETITES MARCHES DE L'ESPACE RETRAITÉS, 4 À 5 KILOMETRES

Un mail est envoyé par la bénévole responsable en cas d'annulation. Responsable Marie-Anne LEGUAY au 06 11 55 61 55.

Billets de Cinéma Lutétia : Nous disposons de tickets de cinéma Lutétia, au tarif de **4 €**, valables jusqu'au 31 mars 2027.



LES ATELIERS DE L'ESPACE RETRAITÉS (ANNUELS)

Calcul des tarifs avec la feuille d'imposition 2025 (revenus de 2024) Tarifs 2026 / 2027

Atelier Relaxation :

lundi de 9h30 à 11h
à la salle Presse au Vigneau
(Boulevard Salvador Allende)

Atelier au trimestre

Atelier géré par une professionnelle.

Herblinois : 3,5% - Non Herblinois : 40€

Bowling

lundi après-midi

11111

au Bowlcenter d'Atlantis. Tarif à la
partie directement sur place (4,90€).

Atelier géré par une bénévole.

Atelier Créatif

(Bricolage, recyclage, couture ...)

lundi de 14h30 à 16h

à l'Espace Retraités

Herblinois : 5% - Non Herblinois :

70€

Atelier Yoga :

Mardi de 15h à 16h à la salle
d'expression corporelle au Carré
des Services

Atelier géré par une
professionnelle.

Herblinois : 12% - Non Herblinois : 140€

Atelier Gym Adaptée :

les Mardis de 14h30 à 15h30
et de 15h30 à 16h30 à la salle
Presse du Vigneau

les Jeudis de 9h à 10h et de
10h à 11h à la salle
Associative du Vigneau.

Atelier géré par une professionnelle.

Herblinois : 13% - Non Herblinois :
150€

Atelier Gym Douce :

mercredi à 10h à la salle
associative du Vigneau.
Boulevard Salvador Allende

Atelier géré par un bénévole,
ancien kinésithérapeute.

Herblinois : 11% - Non Herblinois :
130€

« Bien vieillir au quotidien » / automassage:

mercredi 10h à 11h
À l'Espace Retraités

Atelier au trimestre

Atelier géré par une professionnelle.

Herblinois : 4% - Non Herblinois : 50€

Atelier Café papotage

Mercredi de 14h30 à 16h30 à
l'Espace Retraités.

Tarif : GRATUIT

Petites Marches

Les jeudis après-midi

Un mail est envoyé par la bénévole
en cas d'annulation.

Atelier géré par une bénévole.

Herblinois : 3% - Non Herblinois :
40€

Atelier Kinésiologie

Vendredi de 14h à 15h
À l'Espace Retraités.

Atelier géré par une professionnelle.

Herblinois : 9% - Non Herblinois : 110€

Atelier Informatique :

jeudi de 9h30 à 11h30
à l'Espace Retraités

Atelier géré par un bénévole.

(tarif à la séance)

La Plume en délire :

(atelier écriture)

les jeudis de 14h30 à 16h30
à l'Espace Retraités.

Atelier géré par une bénévole.

Herblinois : 6% - Non Herblinois : 80€

Pour rappel :

L'absence non justifiée à une sortie n'est pas remboursée. Cependant, l'absence justifiée par un certificat médical vous permet d'obtenir un remboursement à hauteur de 50 % du montant de la sortie. (Décision du Conseil d'Administration Décembre 2015). Nous rappelons que le règlement est nécessaire pour valider votre inscription à une sortie. De plus, l'encaissement du règlement aura lieu environ 1 mois précédent la sortie. Nouvelle modalité de remboursement (Décision du Conseil d'Administration Juin 2025) si nous sommes assurés de trouver un remplaçant pour la sortie suite à une annulation alors vous serez remboursés à 100%. Seulement si nous sommes assuré d'un autre règlement en échange sinon pas de remboursement ou alors 50% en cas de certificat médical.